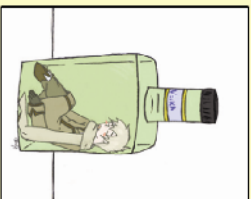
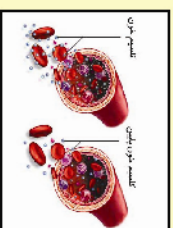
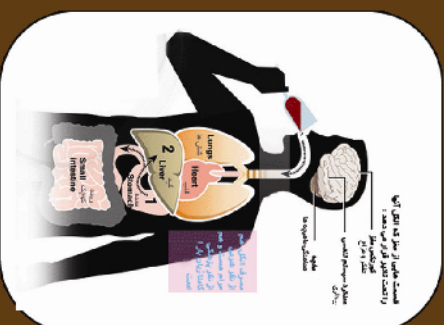


نواحی دستگاه عصبی از جمله تارهای های اعمال هوشی ، حرکت و بی ثباتی هیجان کاهش ادرک حسی و سرانجام از دست دادن حافظه و فراموشی ، تیرگی بینایی در بیشتر افراد معتاد به الکل دیده می شود . شایع ترین اختلال سیستم عصبی در الکسیسم مزمن آسیب قریبه و اعصاب چشم است . و مصرف آن در مردان موجب ضعف قوای جنسی می گردد. و قدرت باروری آن را کاهش می دهد .

از لحاظ روانی موجب اضطراب، عصبانیت، تند خونی



اثرات جسمی و روانی مصرف الکل
مصرف الکل در ابتداء موجب نوعی آرامش و رها شدن از قيود است . و سر خوشی زیاد می گردد.



، دلیربوم ترمنس هزبان، توهم و افسردگی می گردد. زنان بارداری که الکل مصرف می کنند جنین خود را در معرض واقعی مشکلات سلامتی قرار می دهند . از قبیل متولد شدن با وزن کم یا تشاگان جنینی الکل که با نقص های ذهنی و جسمانی چشم گیری همراه است .

وراثندگی در حال مستی یکی از عوامل عمده مرگ و میر به علت مصرف الکل است .

الکل یک ماده اعتیاد آور و با عوارض غیر قابل برگشت می باشد .

ولی پس از مدتی اثرات واقعی آن از جمله ناهماهنگی در حرکات عضلات (آتاکسی) اختلال در قضاوت ، آسیب اعمال حرکتی و مهارتی ، کندی واکنش ها فعالیت دماغی و فکری ، تشدید حالت تهاجی و پر خاشگری ، تلو تلو خوردن ، در هم ویرهم حرف زدن ، سوزش قلب ، پر خرفی ، دو تا دیدن اشیاء و افراد ، گیجی ، گرگرفتگی ، گر ختی و بی حسی اعضای بدن و افزایش آدار می باشد .

مصرف الکل در **بلند مدت** و به تدریج موجب آسیب کبد ، معز ، قلب ، و دیگر اعضاء بدن می شود .

الکل و عوارض آن

یکی از پیر استفاده ترین ، پذیرفته شده ترین و سوء استفاده ترین دارو در جوامع غربی است . الکل تحت عنوان سرکوب کننده سیستم عصبی مرکزی دسته بندی می شود اثراتی در هوشیاری فرد و اعمال وظایف دستگاه معز و اعصاب دارد .

به طور کلی اثرات الکل بستگی به میزان نوشیدن ، اندازه وزن بدن ، وضعیت سلامت جسمی و روانی فرد مصرف کننده ، تجربیات فرد از جمله درجه تحمل و وابستگی ، خلق و خوی ودرج خلوص نوشیدنی محتوی الکل بستگی دارد . **الکسیسم** یک بیماری مهم در بزرگسالان و جوانان است و نوجوانانی که از سن پایین تر نوشیدن الکل را آغاز می کنند خطر الکل شدنشان بسیار بیشتر است . مشکل مصرف کنندگان نوجوان این است که از خانه هایی می آیند که والدین مصرف کنندگان افراطی الکل هستند ویا اصلاً الکل مصرف نمی کنند . جوان در خانه ای با والدین الکلی ممکن است یک نقش وابسته و مراقبت کننده در خانواده داشته باشد . این جوانان ممکن است از والدین الکلی مراقبت کنندو مشکلات ایجاد شده را با حفظ اسرار خانواده پوشش دهند این جوانان وابسته ممکن است دچار مشکلات بسیاری، مثل شکست تحصیلی،رفتارهای خشن وسوء استفاده مواد شوند.





دانشگاه علوم پزشکی وزارت بهداشت
سازمان بهداشت و درمان



الکل و عوارض آن

جزوه شماره ۱۷

کبری نوروزی

کارشناس روانشناسی بالینی

اداره مشاوره و راهنمایی

دانشگاه علوم پزشکی قزوین

بهمن ماه ۸۹



8

منابع

- ۱- جوزی، میتا، نور بخش، و جیهه، اعتیاد، مرگ آفرین، ناشر نشر و تبلیغ شهری، صفحه، تهران، ۱۳۸۵
- ۲- احمدی، ساعد، اعتیاد به مواد اعتیاد آور و ترک سیگار با هیپنوتیزم، تهران، انتشارات مدیر، ۱۳۸۷
- ۳- اوزارد پ، سارا آقینو، روانشناسی سلامت، ترجمه میرزائی، الهه، تهران، انتشارات رشد، ۱۳۸۷

آدرس اداره مشاوره دانشجویی:

بلوار شهید باهنر، دانشگاه علوم پزشکی قزوین، ساختمان

معاونت دانشجویی، فرهنگی

اداره راهنمایی و مشاوره دانشجویی

تلفن: ۰۲۸۱-۳۳۱۹۰۱۰۰

خدمات مشاوره تلفنی:

(۰۲۸۱-۹۱۹۱۸۰۱۳۹۱) هر روز از ساعت ۱۶-۲۴

آدرس صندوق الکترونیکی مشاوره:

www.moshaverstan@yahoo.com

روشهای ترک الکل

۱- الکل های گمنام (AA) یک برنامه خودیاری وسیع و مشهور است که اعضای کم مشکلات ناشی از الکل داشتند، آن را از دهه ۱۹۳۰ بنیان گذاشتند .
(AA) برای کمک به افراد در ترک الکل سوده مند است .

در پی انتخاب به هدف پر هیز دایم و کامل است و در نظر دارد به اعضای خود اجتناب از نوشیدن حتی یک

جرعه الکل کمک کند

۲- سم زدایی

۳- توان بخشی

آگاهی از عوارض مصرف این ماده مهلك و خطرناك می تواند در جلوگیری از سوء مصرف آن به عموم مردم به ویژه دانشجویان کمک دهنده باشد .

